

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Bola basket merupakan salah satu olahraga paling populer di dunia. Penggemarnya yang berasal dari berbagai usia merasakan bahwa bola basket adalah olahraga paling menyenangkan, kompetitif, mendidik, menghibur dan menyehatkan. Di Indonesia sendiri permainan bolabasket merupakan cabang olahraga yang cukup populer di masyarakat Indonesia terutama kalangan remaja. Permainan ini digemari karena terdapat unsur ‘*entertainment*’ atau menghibur yang dipadukan dengan keterampilan memainkan bola, sehingga mampu menyajikan suatu tontonan yang menarik.

Berangkat dari permasalahan yang ditemukan oleh peneliti pada saat mengamati latihan dan mengamati pada pertandingan, peneliti mendapat suatu permasalahan terhadap hasil shooting seorang pemain. Ada beberapa gerakan shooting yang masih seringkali salah dilakukan oleh para atlet khususnya siswa di kegiatan ekstrakurikuler SMA di Cianjur. Dari pengamatan peneliti terhadap gerakan *shooting* yang dilakukan masih seringkali salah seperti memegang bola pada saat akan melakukan *shoot*, *release* bola yang masih kurang tepat, ada juga yang melakukan seperti mendorong bola, atau juga pergelangan tangan yang kaku yang berpengaruh pada hasil putaran bola pada saat setelah melakukan *shooting*.

Adapun dalam mencengkram bola pada saat akan melakukan *shooting* jari-jari tangan yang memegang bola seringkali tertutup atau tidak direntangkan menjadikan bola menyentuh pada telapak tangan, disini juga letak kesalahan yang diamati peneliti, padahal sesuai pada teori menurut Wissel (1994; hlm. 46) ‘tangan rileks dan jari-jari terentang secukupnya. Bola berada pada jari-jari dan bukan pada telapak tangan, Perkenaan terakhir pada saat pelepasan bola adalah jari telunjuk dan dijadikan kontrol arah bola’. Hanya ada beberapa pemain yang mencengkram bola cukup baik. Sesuai dengan diameter bola yang berkisar 75cm sampai 78cm apabila tangan atau jari yang mencengkram bola tidak terbuka lebar akan ada kemungkinan bola yang akan dilemparkan tidak teratur atau tidak akan akurat pada sasaran ring basket. Teknik mencengkram bola basket pada saat akan

melakukan shooting, bola dicengkram dengan jari – jari terbuka lebar senyaman mungkin, untuk jari tengah dan jari telunjuk membentuk seperti huruf ‘V’.

Menurut beberapa pelatih yang peneliti temui mengatakan pada gerakan shooting bola basket harus memahami struktur gerakan shooting dari gerakan awalan saat akan melakukan sampai merelease bola.

Menurut Danny Kosasih (2007, hlm. 47). Ada istilah berkaitan dengan teknik shooting dalam bola basket yang perlu di kenalkan kepada pemain sejak dini yaitu BEEF:

B (Balance); gerakan selalu dimulai dari lantai, saat menangkap bola tekuklah lutut dan mata kaki serta atur agar tubuh dalam posisi seimbang

E (Eyes); agar *shooting* menjadi akurat pemain harus dengan segera mengambil fokus pada target (pemain dengan cepat mampu mengkoordinasikan letak ring).

E (Elbow); pertahankan posisi siku agar pergerakan lengan akan tetap vertikal.

F (Follow Through); kunci siku lalu lepaskan gerakan lengan jari – jari dan pergelangan tangan mengikuti ke arah ring.

FASE PERSIAPAN :

1. Mata melihat ke ring
2. Kaki terentang selebar bahu
3. Jari kaki lurus kedepan
4. Lutut dilenturkan
5. Bahu di rilekskan
6. Tangan yang tidak menembak berada di samping bola
7. Tangan yang menembak berada di belakang bola
8. Jari jari rileks
9. Siku masuk ke dalam
10. Bola diantara telinga dan bahu

Permainan bola basket itu sendiri adalah olahraga yang dimainkan oleh 2 tim yang masing-masing terdiri dari 5 pemain dan memiliki tujuan dari masing-masing tim untuk mencetak angka ke keranjang lawan dan berusaha mencegah

tim lawan mencetak angka (PERBASI:2014). Kedua tim akan saling berusaha mencetak skor atau memasukan bola lebih banyak pada ring basket lawan, jadi setiap permainan basket harus memiliki kemampuan *shooting* yang baik untuk bisa memenangkan suatu pertandingan. Secara garis besar permainan bola basket dilakukan dengan mempergunakan tiga teknik yang menjadi pokok permainan, yaitu mengoper dan menangkap bola (*passing and catching*), menggiring bola (*dribbling*), serta menembak (*shooting*).

Dalam permainan bola basket walau ada eksekutor khusus untuk melakukan *shooting three point* mengingat *shooting three point* tidak mudah dilakukan karena butuh keahlian khusus maka dari itu tidak semua pemain dapat melakukannya dengan baik atau tepat sasaran misalkan dalam melakukan serangan balik yang cepat dan pada saat itu posisi pemain yang sudah ditunjuk untuk menjadi eksekutor khusus untuk *three point* berada di belakang, tidak mungkin para pemain yang sudah di depan harus menunggu eksekutor *three point* dulu untuk mencetak tiga poin. Selain itu untuk atlet ekstrakurikuler persentase *shooting three point* ini sangat kecil karena dengan porsi latihan yang kurang banyak. Maka peneliti ingin menguji alat bantu *shotloc* ini terhadap hasil tembakan dua angka karena tidak harus memiliki keterampilan yang baik dalam *dribble* untuk melewati lawan untuk melewati musuh seperti halnya dalam melakukan *lay-up shoot*, selain itu juga *medium shoot* (tembakan dua angka) bisa dilakukan berbagai siswa atau atlet ekstrakurikuler dan berbagai posisi pemain.

Shotloc merupakan alat bantu jari tangan untuk memperbaiki tembakan juga cara mencengkram bola dan dengan seiring waktu kondisi jari tangannya akan terjaga dan mampu menghasilkan tembakan yang akurat. maka dari itu peneliti ingin menguji latihan *shooting* menggunakan *shotloc* untuk memperbaiki gerakan lengan, jari – jari maupun pergelangan tangan saat melakukan *shooting* bola basket.

Berdasarkan masalah yang melatar belakangi kurang baiknya gerakan lengan, jari, dan pergelangan tangan pada saat melakukan shooting, penulis mencoba meneliti yaitu “Pengaruh Latihan *Shooting* dengan Menggunakan Media *Shotloc* Terhadap Hasil Tembakan Dua Angka Pada Cabang Olahraga Bola Basket”

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan diatas penulis merumuskan masalah penelitian yang dijabarkan dalam bentuk pertanyaan sebagai berikut : “Apakah latihan *shooting* dengan menggunakan media *shotloc* memberikan pengaruh yang signifikan terhadap hasil tembakan dua angka pada cabang olahraga bola basket?”

C. Tujuan Penelitian

Penetapan tujuan adalah langkah awal untuk kegiatan selanjutnya, maka peneliti memiliki tujuan dalam penelitian ini, yaitu untuk mengetahui pengaruh latihan *shooting* dengan menggunakan *shotloc* terhadap hasil tembakan dua angka cabang olahraga bola basket.

D. Manfaat Penelitian

Dalam kegiatan penelitian ini dapat diambil beberapa manfaat, yaitu:

1. Manfaat Teoretis

Dapat dijadikan sebagai bahan pembelajaran para atlet dan pelatih dalam pengembangan olahraga khususnya pada cabang olahraga bola basket

2. Manfaat Praktis

Dapat dijadikan pegangan setiap pelatih dan atlet dalam program latihan untuk menghadapi pertandingan pada cabang olahraga bola basket.

E. Batasan Masalah

Agar ruang lingkup penelitian yang dilakukan penulis tidak terlalu meluas dari tujuan dan permasalahannya yang harus dipecahkan jelas dan terperinci. Pembatasan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Masalah yang ditelaah dalam permasalahan ini adalah pengaruh latihan *shooting* menggunakan media *shotloc* terhadap hasil tembakan dua angka pada cabang olahraga bolabasket.
2. Metode yang digunakan adalah metode penelitian eksperimen.
3. Instrumen penelitian menggunakan observasi.

F. Definisi Operasional

1. Permainan bola basket itu sendiri adalah olahraga yang dimainkan oleh 2 tim yang masing-masing terdiri dari 5 pemain dan memiliki tujuan dari masing-masing tim untuk mencetak angka ke keranjang lawan dan berusaha mencegah tim lawan mencetak angka (PERBASI:2014).
2. Latihan menurut (Harsono, 1988) yaitu proses yang sistematis dalam berlatih atau bekerja secara berulang – ulang kian hari kian menambah jumlah beban latihan atau pekerjaannya.
3. Media menurut Arsyad (2002) mengatakan bahwa media (bentuk jamak dari kata medium), merupakan kata yang berasal dari bahasa latin medius, yang secara harfiah ‘tengah’, ‘perantara’, atau ‘pengantar’. Oleh karena itu, media dapat diartikan sebagai perantar atau pengantar pesan dari pengirim ke penerima pesan. Media dapat berupa suatu bahan (software) dan/atau alat (hardware).
4. Shooting menurut Kosasih (2008; hlm. 51) adalah usaha memasukan bola kedalam keranjang atau ring basket lawan untuk meraih point.
5. Shotloc merupakan alat bantu jari tangan untuk memperbaiki tembakan juga cara mencengkram bola dan dengan seiring waktu kondisi jari tangannya akan terjaga.

G. Struktur Organisasi Skripsi

Struktur organisasi berisi rincian tentang urutan penulisan dari setiap bab dan bagian bab dalam suatu penelitian. Dalam penelitian ini struktur organisasi penelitian dirinci sebagai berikut:

- BAB I memuat tentang pendahuluan yang berisi latar belakang penelitian, perumusan masalah, tujuan penelitian, metode penelitian, manfaat penelitian, batasan masalah, batasan istilah, populasi dan sampel penelitian, dan struktur organisasi penelitian.
- BAB II menerangkan tentang konsep, teori dan pendapat para ahli terkait dengan masalah yang diteliti.
- BAB III berisi penjabaran yang rinci mengenai metode penelitian termasuk komponen yang lainnya seperti populasi dan sampel, variabel dan desain penelitian instrument penelitian, prosedur pelaksanaan tes, dan analisis data.
- BAB IV membahas mengenai hasil penelitian dan pembahasan yang meliputi pengolahan data untuk menghasilkan temuan yang berkaitan dengan masalah penelitian.
- BAB V menjelaskan tentang kesimpulan dan saran yang memaparkan hasil analisis temuan penelitian.